Informationen und Neuigkeiten
aus dem Fitnessclub Lifeline

Mai 2006

newsletter

lifeline
maximum sport & fitness

Feiertags-Öffnungszeiten

Montag (Tag der Arbeit), 01.05.:
10.00-14.00 Uhr
Donnerstag (Christi Himmelfahrt), 25.05.:
10.00-14.00 Uhr

Sind Sie schon bikini-fit?

Große Partner-Aktion

Noch bis zum **15. Mai 2006** kannst du mit einem Partner für nur 30 EUR lifeline für einen Monat testen.

Sommer-Kursplan

Ab **Montag, 01. Mai 2006** gibt es den neuen Sommer-Kursplan mit vielen neuen attraktiven Kursen und Angeboten bei lifeline. Es ist bestimmt auch für Dich das Richtige dabei.

Laguna Lounge

Die Laguna Lounge bietet im Mai folgendes Menü an:
Spaghetti oder Penne mit Kräutersauce „für Kalorienbewusste“, dazu ein Frucht-Cocktail „Bambula“.
Außerdem als Special im Mai den Low Calorie Drink 0,75l (erhältlich an der Laguna Lounge Theke). Normalpreis EUR 1,80, im Mai 0,75l zum Preis von 0,5l.

Intro-Kurse im Mai

Indoor-Cycling-Intro, freitags 17.15 bis 18.00 Uhr

Weekend-Special im Mai

So, **07.05.** Step (11 bis 12 Uhr)
So, **14.05.** BBP (11 bis 12 Uhr)
So, **21.05.** Bodyforming (11 bis 12 Uhr)
So, **28.05.** Aerobic (11 bis 12 Uhr)

Laguna-Mini-WM am 20. + 21. Mai 2006

Am Samstag, dem 20.05.06 und Sonntag, dem 21.05.2006 findet unser WM Fußballturnier statt. Gespielt wird nach dem original WM Spielplan auf 2 Kleinfeldern im Stadion an der Laguna Asslar. **Am Samstag den 20.05.2006** laden wir alle Teilnehmer und Zuschauer zu unserer **Players-Night** ein.
Nähere Infos unter www.lifeline-asslar.de.

Trainingstip des Monats

OwnZone Training beim Ausdauertraining

Wie kommt man zu einer stabilen Fitness und Kondition und was hat die Herzfrequenz damit zu tun?
Mehr dazu unter www.lifeline-asslar.de

Viel Spaß beim Training

Kurzurlaub: Wir bieten während Ihres Aufenthalts eine kostenlose Kinderbetreuung!